

Lifelines

from the National Cancer Institute



Información útil sobre el cáncer de seno para mujeres hispanas

por el Instituto Nacional del Cáncer

En octubre se celebra el mes de concienciación del [cáncer de seno \(mama\)](#). ¿Hay alguna razón para tener esperanza? Por muchas razones, la respuesta es un fuerte "sí". Desde 1990, el índice de mortalidad por el cáncer de seno ha estado disminuyendo. La investigación, la cual en gran parte es financiada por el Instituto Nacional del Cáncer (NCI), ha mejorado nuestro entendimiento del cáncer de seno y producido tratamientos más efectivos.

El panorama para las mujeres hispanas de los Estados Unidos es mixto. Aunque las mujeres hispanas tienen menos probabilidad de padecer cáncer de seno que las mujeres blancas no hispanas, se esperaba que más de 17 100 mujeres hispanas serían diagnosticadas con cáncer de seno en 2012, y que más de 2400 morirían por esa enfermedad. El cáncer de seno es el cáncer más común en las mujeres hispanas de los Estados Unidos y la causa principal de muerte por cáncer en este grupo. La investigación indica que las mujeres hispanas tienen más probabilidad de ser diagnosticadas después de que el cáncer de seno haya evolucionado a un estadio más avanzado que las mujeres blancas no hispanas. Y las mujeres hispanas tienen más probabilidad de morir por su cáncer de seno que las mujeres blancas no hispanas diagnosticadas en la misma edad y en el mismo estadio.

La buena noticia es que la información es poderosa. Estos son los hechos. Y, como siempre, hable de sus preocupaciones con su proveedor de cuidados para la salud.

Esto es lo que usted necesita saber sobre el cáncer de seno:

- El cáncer de seno es un cáncer que se forma en los tejidos del seno, generalmente en los conductos (tubitos que llevan la leche al pezón) y en los lobulillos (glándulas que producen leche). Ocurre tanto en hombres como en mujeres, aunque el cáncer de seno en hombres es raro.
- Se calcula que 232 340 mujeres y que 2240 hombres serán diagnosticados con cáncer de seno en los Estados Unidos en 2013. Más de 17 100 de los diagnosticados en 2012 fueron mujeres hispanas. Pero más de cuatro de cada cinco mujeres hispanas diagnosticadas con cáncer de seno sobrevivirán al menos 5 años después del diagnóstico.

Fecha de publicación: Octubre de 2013

- Las mamografías son imágenes de rayos X del seno que pueden usarse para buscar el cáncer de seno en mujeres que no tienen síntomas de la enfermedad. Este tipo de mamografía se llama mamografía selectiva de detección. La detección temprana del cáncer de seno con la mamografía selectiva de detección significa que el tratamiento puede empezarse más pronto en el curso de la enfermedad y posiblemente antes de que se haya extendido. Los resultados de estudios indican que al hacerse mamografías selectivas de detección regulares (cada 1 o 2 años) se puede ayudar a reducir el número de muertes por cáncer de seno en las mujeres de 40 a 74 años, especialmente para quienes tienen más de 50 años.
- La Ley del Cuidado de Salud requiere que la mayoría de los planes privados de seguro médico provean servicios preventivos de salud y que no le carguen a usted un co-pago o co-seguro. Estos servicios incluyen visitas para la salud de la mujer, exámenes de detección con mamografía para mujeres mayores de 40 años, y, para mujeres con un riesgo mayor de padecer cáncer de seno, asesoramiento de pruebas genéticas y asesoramiento y medicina preventiva para reducir el riesgo de cáncer de seno. Mujeres con Medicare pueden ahora también obtener mamografías y visitas anuales de salud sin tener que pagar co-seguro o un deducible de la Parte B. La información acerca de los programas de exámenes de detección con mamografías a bajo costo o gratuitos está disponible también por medio del Servicio de Información sobre el Cáncer del NCI (ver abajo).
- No ignore cualquier síntoma. Si nota algún cambio en la forma como se sienten o se ven sus senos, acuda a su proveedor de cuidados para la salud. La mayoría de los cambios no serán cáncer de seno, pero deben revisarse siempre.
- Ya se conocen muchos factores de riesgo de cáncer de seno. Los factores de riesgo son cualquier cosa que puede aumentar la posibilidad que uno tiene de presentar una enfermedad. Algunos factores de riesgo de cáncer de seno no pueden cambiarse, (como lo son la edad o los antecedentes de cáncer de seno en la familia), mientras que otros sí pueden cambiarse. Pero tener un factor de riesgo no significa que una va a presentar cáncer de seno. Para entender mejor sus riesgos de cáncer de seno, lea la hoja informativa del NCI [*Breast Cancer Risk in American Women*](#).
- Las mujeres que piensan en la terapia hormonal para la menopausia deberán saber que la terapia combinada, la cual incluye tanto estrógeno como progestina, aumenta el riesgo de cáncer de seno.
- La investigación ha indicado que el ejercicio puede ayudar a bajar el riesgo de cáncer de seno. Trate de que la actividad física forme parte de su vida diaria. El ejercicio vigoroso por tan solo 4 horas a la semana puede bajar su riesgo.
- La obesidad después de llegar a la menopausia puede aumentar su riesgo de cáncer de seno. Los médicos saben que la obesidad puede aumentar su riesgo de varias enfermedades, por lo que tiene sentido mantener un peso saludable a cualquier edad. Para

ayudarle a lograr ser sana y mantenerse así, la Ley del Cuidado de Salud ahora requiere que la mayoría de los planes de seguro médico y Medicare cubran los exámenes de detección de la obesidad y el asesoramiento sin que usted tenga que pagar por eso.

- Beber alcohol puede aumentar su riesgo de cáncer de seno. Si le preocupa, hable con su profesional al cuidado de la salud sobre la reducción de su consumo de bebidas alcohólicas. Muchos planes deben ahora cubrir los exámenes y el asesoramiento para el abuso de alcohol sin que usted tenga que pagar.

El Instituto Nacional del Cáncer dirige el Programa Nacional de Cáncer y el esfuerzo de los Institutos Nacionales de la Salud para reducir drásticamente el gravamen del cáncer y mejorar las vidas de los pacientes con cáncer y de sus familias, por medio de investigación de la prevención y de la biología del cáncer, de la creación de nuevas intervenciones y de capacitar y proveer mentores a nuevos investigadores. Para mayor información sobre el cáncer, visite por favor el sitio web del NCI en www.cancer.gov/espanol o llame al Servicio de Información sobre el Cáncer del NCI al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER). Más artículos y vídeos de Líneas vitales, una serie culturalmente pertinente, se encuentran en www.cancer.gov/espanol/cancer/lineas-vitales.